



## FOR\_REST 스트레스관리 (DISC행동유형검사 실시)

과천시육아종합지원센터에서는 관내 어린이집 보육교직원을 대상으로 코로나19 상황의 장기화에 따른 일상의 변화로 심리적 어려움이 가중되고 있어 DISC행동유형검사를 통해 자신의 행동유형에 따른 스트레스 대처능력을 알아보고 스트레스 관리역량을 향상시키고자 [FOR\_REST 스트레스 관리]을 실시하오니 많은 관심과 참여 바랍니다.

- 대 상 : 관내 어린이집보육교직원 중 교사 (6~8명) ※ 장애통합반교직원 우선지원
- 방 식 : 행동유형검사를 실시하여 행동유형에 따른 스트레스 대처능력알아보기
- 강 사 : 이훈민 상담사 (나나토리 상담소장)
- 일 시 : 1회 2022년 10월 28일 (금)/ 2회 2022년 11월 4일 (금)
- 장 소 : 가족여성플라자 4층 누리마루 (과천시육아종합지원센터 4층)
- 내 용

구분	시 간	세부내용
1회	10월 28일 (금) 16:30~18:30	OT 및 라포형성 DISC행동유형검사로 자기 이해
2회	11월 4일 (금) 16:30~18:30	DISC행동유형에 따른 스트레스 대처능력

- 신청 방법
  - 10월 11일(화) 10:00 ~ 10월 18일(화) 17:00까지 (선착순 모집)
  - 과천시육아종합지원센터 홈페이지 신청 (회원가입 후 신청)  
[과천시육아종합지원센터 홈페이지]-[어린이집지원]-[보육교직원교육]-[신청하기]
- 이수증
  - 교육당일 만족도 조사 참여
  - 해당일로부터 일주일 후 발급 가능
  - FOR\_REST 2회 모두 참여를 원칙으로 합니다.
- 문의 : 070-7599-1631 발달지원상담원 이은혜